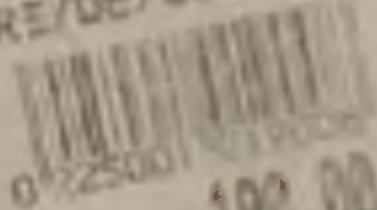


Pains & Petits Pains
Samira

باللغة العربية والفرنسية

DIVERS
LIVRE/DE/CUISINE



Prix: 190.00 DA

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



Sommaire

Asmahane

خبز بالأعشاب	2	Pain aux Herbes
خبز الفصا	4	Pain Ficelle
خبز الشعير	6	Pain de Seigle
خبز مركب بالكرويات و العنب الجاف	8	Pain en Boules aux raisins secs
حطرونات بالصب الجاف	10	Escargots aux raisins secs
خبز بالوز المنسل	12	Pain aux Amandes effilées
خبز بحبة حلاوة و حبة البسباس	14	Pain aux grains de fenouil et à l'anis
خبز الطبردة	16	Pain Triessé
خبز بالقواكة الجافة	18	Pain aux Fruits secs
خبز قنّاج	20	Pain Couronne
خبز بالزيتون	22	Pain aux Olives
الخبز العربي	24	Pain Arabe
خبز الطابونة	26	Khobz Tabouna
خبز الدار بالسميد	28	Khobz E Dar à la semoule
خبز الدار بالقمونة	30	Khobz E Dar à la farine
خبز المطروح	32	Khobz El Matlou
الخبز الريفي	34	Pain de Campagne
خبز قطير	36	Khobz Eftir
الرغيف السوري (بيتة)	38	Bitta (raghif syrien)
خبز العلوي	40	Khobz Mlaoui
الهراج	42	Bradj
المنقبة	44	M'takba
المشوشة	46	M'chawcha
خبز البروش	48	Pain Brioché
لامونة	50	La Mona
خبز الكيك	52	Pain à Cake
خبيرات	54	Khobizettes
خبز السمادوش	56	Pain à Sandwich
خبيرات تقليدية بالجلجلان	58	Petit Pain traditionnel au sésame
خبيرات الهمبرغر	60	Pain à Hamburger





Pain aux Herbes

INGREDIENTS

- 500 g de farine (SIM)
- 1 c à soupe de levure de boulanger
- 1/4 c à café d'améliorant
- 1/2 c à soupe de sel
- 60 g de beurre fondu
- 1/2 litre de lait tiède
- 1 c à soupe de sucre cristallisé
- 1 c à soupe d'origan (Zaatar)
- 1 c à soupe de fines herbes

Pour la décoration :

- 20 g d'origan
- 20 g de fines herbes
- 1 jaune d'œuf

PREPARATION

- 1- Dans une terrine, mettre la farine, le sel, l'améliorant et le beurre fondu.
- 2- Diluer la levure dans un peu de lait tiède sucré.
- 3- Incorporer la levure, l'origan et les fines herbes à la préparation à base de farine et pétrir en ajoutant du lait jusqu'à obtention d'une pâte lisse et souple. Laisser lever pendant 30 mn environ.
- 4- Former des boules de la grosseur d'une mandarine et dans un moule rond beurré ; disposer régulièrement 2 couches de boules en donnant la forme d'une marguerite.
- 5- A l'aide d'un pinceau ; badigeonner la boule centrale avec le jaune d'œuf et la parsemer d'origan et de fines herbes. Laisser lever pendant 15 mn environ.
- 6- Faire cuire au four à 180° jusqu'à ce que le pain soit bien doré.

خبز بالأعشاب

كيفية التحضير

- 1- في إناء خلطتي الفريشة، محسن الخبز، الملح و الزبدة الذائبة.
- 2- ذوبي الخميرة في قليل من الحليب الدافئ و السكر.
- 3- أضيفي الخميرة إلى الفريشة مع الزعتر و الأعشاب، ثم إعجني بالحليب حتى تتحصل على عجينة متماسكة و طرية، اتركها تخمر لمدة 30 دقيقة.
- 4- شكلي من العجينة كريات صغيرة بحجم حبة منديلين، رتبها على طبقين في صينية مستديرة مدهونة بالزبدة بحيث كل طبقة تتشكل من كرية في الوسط و الباقي مرتب ترتيباً دائرياً حولها.
- 5- بواسطة ريشة نقية ادھني كرية العجينة الوسطى بصغار البيض و ذوزري عليها الزعتر و الأعشاب و اتركها تخمر لمدة 15 دقيقة.
- 6- ادخليها لتطهى في فرن درجة حرارته 180° حتى تكسب اللون الذهبي.

المقادير

- 500 غ فريشة (سيم)
- 1 ملعقة كبيرة خميرة خبز
- 1/4 ملعقة صغيرة محسن خبز
- 1/2 ملعقة كبيرة ملح
- 60 غ زبدة ذائبة
- 1/2 لتر حليب دافئ
- 1 ملعقة كبيرة سكر مسحوق
- 1 ملعقة كبيرة زعتر
- 1 ملعقة كبيرة أعشاب

اللتزيين :

- 20 غ زعتر
- 20 غ أعشاب رقيقة متنوعة
- 1 صفار حبة بيض

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>





Pain Ficelle

INGREDIENTS

- 150 g de farine (SIM)
- 200 g de beurre fondu
- 1/2 c à café de sel
- 1/2 c à soupe de levure de boulanger
- 1/4 c à café d'améliorant
- 1/4 de litre d'eau tiède
- 1 c à soupe de sucre cristallisé

Pour la décoration :

- 1 jaune d'œuf
- 50 g de grains d'anis noir (sanoudj)
- 50 g de grains de sésame (djeldjelan)

PREPARATION

- 1- Dans une terrine mettre la farine, le sel, le beurre fondu et l'améliorant et bien pétrir le tout.
- 2- Diluer la levure dans un peu d'eau tiède sucrée.
- 3- Ajouter le mélange obtenu à la farine et mouiller petit à petit avec de l'eau tiède, jusqu'à obtenir une pâte souple et homogène.
- 4- Laisser lever pendant 30 mn.
- 5- Former des petites boules de la grosseur d'un œuf.
- 6- Rouler chaque boule pour obtenir des boudins de 40 cm de long et de 2 cm de diamètre. Les mettre sur une tôle beurrée et à l'aide d'un pinceau les badigeonner de jaune d'œuf, puis saupoudrer de grains d'anis noir (sanoudj) ou de grains de sésame (djeldjelan) selon le goût.
- 7- Laisser lever pendant 15 à 20 mn.
- 8- Faire cuire au four à 180° jusqu'à ce que les ficelles soient bien dorées.

خبز الفيسال

كيفية التحضير

- 1- هي إناء (جففة) ضعي الفريشة و الملح و الزبدة الذائبة و المعصن و اخلطي الكل جيدا.
- 2- ذوبي الخميرة في قليل من الماء الدافئ و السكر.
- 3- اضيفي الخميرة المذابة إلى الفريشة و بللي تدريجيا بالماء الدافئ و اعجني جيدا حتى تتحصل على عجينة طرية و خفيفة.
- 4- اتركي العجينة تخمر لمدة 30 دقيقة.
- 5- كوني كريات حجمها حجم حبة بيض كبيرة و اتركها على حدى.
- 6- شكلي حرايش رقيقة طولها 40 سم و ضعها في صينية مدهونة بالزبدة ثم بواسطة ريشة ناعية إمطي صفار البيض على الفيسال ثم ذردري عليه السانوج أو الجلجلان (حسب الذوق).
- 7- اتركيه يخمر لمدة 15 دقيقة إلى 20 دقيقة.
- 8- ادخليه في فرن درجة حرارته 180° حتى يصير لونه ذهبيا.

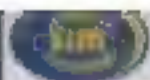
المقادير

- 150 غ فريشة (سهم)
- 200 غ زبدة ذائبة
- 1/2 ملعقة صغيرة ملح
- 1/2 ملعقة كبيرة خميرة خبز
- 1/4 ملعقة صغيرة معصن
- الخبز
- 1/4 لتر ماء دافئ
- 1 ملعقة كبيرة سكر مسحوق
- للتزيين :
- 1 صفار حبة بيض
- 50 غ سانوج (حبة سوداء)
- 50 غ جلجلان (سمسم)



Asmahane
مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



Pain de Seigle

INGREDIENTS

- 50g de farine (SIM)
- 200 g de farine de seigle
- 4 c à soupe d'huile
- 1 c à soupe de levure de boulanger
- 1/2 c à café de sel
- 1/4 c à café d'améliorant
- 2 c à soupe de sucre cristallisé
- 1/2 litre d'eau tiède

PREPARATION

- 1- Dans une terrine mettre la farine de seigle, la farine SIM, l'huile, le sel et l'améliorant.
- 2- Diluer la levure dans un peu d'eau tiède sucrée.
- 3- Ajouter la levure à la farine, et bien pétrir en ajoutant de l'eau petit à petit pour obtenir une pâte molle.
- 4- Partager la pâte en 2 morceaux. Former 2 pains ronds et longs.
- 5- Les mettre sur une toile beurrée et les saupoudrer de farine de seigle. Laisser lever pendant 30mn.
- 6- Faire cuire au four à 180° jusqu'à obtention d'une couleur marron.

خبز الشعير

كيفية التحضير

- 1- في إناء ضعي فرينة الشعير و الفرينة و الزيت، الملح و محسن الخبز.
- 2- ذوبي الخميرة في قليل من الماء الدافئ و السكر.
- 3- اضيفي الخميرة إلى الفرينة و اعجني بإضافة الماء حتى تتحصلي على عجينة لينة.
- 4- قسمي العجينة إلى قسمين، اعطي إحدهما شكل دائري و الأخرى شكل متطاوّل.
- 5- ضعيهما على صهنية مدهونة بالزبدة و ذرزي على كل خبزة فرينة الشعير و اتركيهما تخمر لمدة 30 دقيقة.
- 6- ادخليهما لتطهى في فرن ساخن درجة حرارته 180° حتى يصبح لونهما بنيا .

المقادير

- 50غ فرينة (سيم)
- 200غ فرينة الشعير
- 4 ملاعق كبيرة زيت
- 1 ملعقة كبيرة خميرة خبز
- 1/2 ملعقة صغيرة ملح
- 1/4 ملعقة صغيرة محسن الخبز
- 2 ملاعق كبيرة سكر مسحوق
- 1/2 لتر ماء دافئ

Asmahane

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



Pain en Boule aux raisins secs

INGREDIENTS

- 400 g de farine (SIM)
- 1 c à soupe de levure de boulanger
- 1/2 c à café d'améliorant
- 1/2 c à café de sel
- 3 c à soupe de sucre cristallisé
- 60 g de beurre fondu
- 1/2 litre de lait tiède
- 3 œufs

Pour la décoration :

- 100 g de raisins secs
- 30 g de beurre fondu

PREPARATION

- 1- Dans une terrine mettre la farine, l'améliorant, le sel et le sucre.
- 2- Diluer la levure dans un peu d'eau tiède.
- 3- Ajouter la levure à la farine, puis le beurre fondu et les œufs. Pétrir avec le lait tiède pour obtenir une pâte souple et homogène, puis laisser lever pendant 30 mn.
- 4- Mélanger les ingrédients de décoration (beurre fondu et raisins secs).
- 5- Avec la pâte obtenue, former des petites boules de la grosseur d'un œuf et les tremper dans le mélange.
- 6- Remplir un moule (mouskoutchou) graissé, avec 2 couches de boules et laisser lever pendant 20 mn.
- 7- Faire cuire au four à 180° jusqu'à obtention d'une couleur dorée.

خبز مركب بالكريات والعنب الجاف

كيفية التحضير

- 1- في إناء ضعي القرينة، المحسن، الملح و السكر.
- 2- نوبي الخميرة في قليل من الماء الدافئ.
- 3- اضيفي الخميرة المذابة إلى القرينة، ثم اضيفي الزبدة الذائبة و البيض
- أعجن بالخليط الدافئ حتى تتحصل على عجينة متجانسة و طرية اتركها تخمر لمدة 30 دقيقة.
- 4- امزجي مقادير التزيين المشار إليها لتتوصل على خليط متجانس من الزبدة الذائبة و الزبيب.
- 5- شكلي من العجينة كريات بحجم حبة بيض، و اغطسيهم داخل الخليط.
- 6- قومي بملئ مول كعك (الموسكوتشو) مدهون بالزبدة بطبقتين من الكريات و اتركها تخمر مدة 20 دقيقة.
- 7- ضعيها في فرن ساخن درجة حرارته 180° و اتركها تلمهي حتى تكسب اللون الذهبي.

المقادير

- 400 غ فورية (سيم)
- 1 ملعقة كبيرة خميرة خبز
- 1/2 ملعقة صغيرة محسن
- 1/2 ملعقة صغيرة ملح
- 3 ملاعق كبيرة سكر مسحوق
- 60 غ زبدة ذائبة
- 1/2 لتر حليب دافئ
- 3 بيض
- للتزيين :
- 100 غ عنب جاف (زبيب)
- 30 غ زبدة ذائبة



مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



Escargots aux raisins secs

INGREDIENTS

- 300 g de farine (SIM)
- 1 c à soupe de levure de boulanger
- 1/2 c à café de sel
- 1/4 c à café d'améliorant
- 2 œufs
- 1/2 litre d'eau tiède
- 4 c à soupe de poudre de lait
- 4 c à soupe de sucre cristallisé
- 50 g de beurre fondu

La farce :

- 100 g de raisins secs
- 50 g de noix moulues
- 100 g de beurre ramolli
- 50 g de sucre glace

La décoration :

- 1 jaune d'œuf
- 20 g de sucre glace
- 4 c à soupe d'eau

PREPARATION

- 1- Dans une terrine mettre la farine, l'améliorant, la poudre de lait, le sucre, le sel et le beurre fondu.
- 2- Diluer la levure dans un peu d'eau tiède.
- 3- Ajouter la levure à la préparation à base de farine. Ajouter ensuite les œufs battus, bien pétrir avec de l'eau tiède jusqu'à obtenir une pâte lisse et homogène. Laisser lever pendant 30 mn.
- 4- Sur un plan de travail enfariné, étaler la pâte pour obtenir un rectangle de 40 cm de long, de 25 cm de large et de 2 mm d'épaisseur. A l'aide d'un couteau, tartiner la surface avec le mélange composé de beurre ramolli et de sucre glace, saupoudrer les raisins secs et les noix moulues.
- 5- Rouler la pâte sur elle-même dans le sens de la longueur et former un cigare. Couper des tranches d'environ 2 cm de large avec un couteau bien aiguisé.
- 6- Sur une tôle beurrée disposer les tranches côte à côte, en rond : les coutures vers l'intérieur.
- 7- A l'aide d'un pinceau, badigeonner la surface avec le jaune d'œuf et laisser lever pendant 20 mn.
- 8- Faire cuire au four à 180° pour qu'elles soient bien dorées et à point.
- 9- Préparer le glaçage : faire chauffer le lait et le sucre dans une casserole jusqu'à ce que le sucre soit dissous et que le mélange commence à bouillir.
- 10- A l'aide d'une cuillère en bois, décorer le pain avec le glaçage, après qu'il ait refroidi.

حلزونيّات بالعنب الجاف

كيفية التحضير

- 1- في إناء ضعي الفريشة، المحسن، غيرة الحليب، السكر، الملح و الزبدة الذائبة.
- 2- نوبي الخميرة في قليل من الماء الدافئ.
- 3- اضيفي الخميرة المذابة إلى الفريشة ثم اضيفي البيض و اعصتي بالماء الدافئ جيدا حتى تتحصلي على عجينة لينة و رطبة و اتركها ترتاح مدة 30 دقيقة.
- 4- على طاولة عمل مرشوشة بالفريشة اسطلي العجينة على شكل مستطيل طوله 40 سم و عرضه 25 سم و سمكه 2 سم ، ثم بواسطة سكين اطللي سطح العجينة بالطيطة المتكون من الزبدة الطرية و السكر الناعم و ذرري عليها الزبيب الجاف و الجوز المرعي.
- 5- انجري (اضي) العجينة على شكل سيجار و قطعي دوائر سمكها 2 سم.
- 6- على صينية مدهونة بالزبدة و مرشوشة بالفريشة رتبي الحلزونيّات جنباً إلى جنب على شكل دائري بحيث تكون الأطراف موجهة للداخل.
- 7- بواسطة ريشة نقية، اطللي الحلزونيّات بمسحار البيض و اتركها تخمر مدة 20 دقيقة.
- 8- ادخليها في فرن للطهي درجة حرارته 180° حتى يصبح لونها ذهبيا.
- 9- قومي بتحضير الاغلاصاج (الطلاء) و ذلك بتمسخين الحليب و السكر في قدر حتى تتحصلي على خليط متجانس و متناقل نوعاً ما.
- 10- بواسطة ملعقة خشبية تقوم بتزيين الطيز الحلزوني بعد أن يبرد بالطلاء.

المقادير

- 300 غ فريشة (سيم)
- 1 ملعقة كبيرة خميرة خبز
- 1/2 ملعقة صغيرة ملح
- 1/4 ملعقة صغيرة محسن خبز
- 2 بيض
- 1/2 لتر ماء دافئ
- 4 ملاعق كبيرة غيرة حليب
- 4 ملاعق كبيرة سكر مسحوق
- 50 غ زبدة ذائبة
- **للحشو :**
- 100 غ عنب جاف (زبيب)
- 50 غ جوز مرعي
- 100 غ زبدة طرية
- 50 غ سكر ناعم
- **للطلاء :**
- 1 مسحار بيض
- 20 غ سكر ناعم
- 4 ملاعق كبيرة ماء



مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



Pain aux Amandes effilées

INGREDIENTS

- 400 g de farine (SIM)
- 1 c à soupe de levure de boulanger
- 1/2 c à café d'améliorant
- 1/2 c à café de sel
- 3 c à soupe de sucre cristallisé
- 1/2 litre d'eau tiède

La farce :

- Raisins secs
- Amandes ou noix moulues

Pour la décoration :

- 1 œuf
- 200 g d'amandes effilées

PREPARATION

- 1- Dans une terrine, mettre la farine, le sel, le sucre et l'améliorant.
- 2- Diluer la levure dans un peu d'eau tiède.
- 3- Ajouter la levure à la farine et pétrir en ajoutant de l'eau tiède progressivement, jusqu'à obtenir une pâte souple et lisse. Laisser lever pendant 25 mn.
- 4- Sur un plan de travail enfariné, étaler la pâte à 2 mm d'épaisseur, puis saupoudrer dessus les raisins secs et les amandes ou noix moulues.
- 5- Enrouler la pâte sur elle-même de façon à obtenir un cigare, ensuite faire rejoindre les deux extrémités au milieu pour former un grand B majuscule.
- 6- A l'aide d'un pinceau badigeonner le pain avec l'œuf, parsemer d'amandes effilées et laisser lever pendant 20 mn.
- 7- Faire cuire le pain au four à 200° jusqu'à ce qu'il soit doré.
- 8- Dès sortie du four, les saupoudrer de sucre glacé.

خبز باللوز المنسل

كيفية التحضير

- 1- في إناء ضعي القويشة و الملح و السكر و الخمير.
- 2- ذوبي الخميرة في قليل من الماء الدافئ.
- 3- اضيفي الخميرة المذابة إلى القويشة و اعجني بالماء الدافئ حتى تتحصلي على عجينة طرية و خفيفة و اتركها تخمر مدة 25 دقيقة.
- 4- على طاولة عمل مرشوشة بالقويشة اسطلي العجينة بسمك 2 ملم ثم ذرري عليها الزبيب الجاف و اللوز أو الجوز.
- 5- لفي العجينة على شكل سيجار، ثم اجلي أطرافها نحو الداخل ثم اعطي لها شكل حرف (B) باللغة اللاتينية.
- 6- ادعني الخبز بالبيضة و ذرري عليه اللوز المنسل، و اتركه يخمر مدة 20 دقيقة.
- 7- ادخلي الخبز للمهي في فرن درجة حرارته 200° حتى يكسب اللون الذهبي.
- 8- فور خروجه من الفرن ذرري عليه السكر الناعم.

المقادير

- 400غ فريشة (سيم)
- 1 ملعقة كبيرة خميرة خبز
- 1/2 ملعقة صغيرة محسن خبز
- 1/2 ملعقة صغيرة ملح
- 3 ملاعق كبيرة سكر مسحوق
- 1/2 لتر ماء دافئ
- الحشو :
- غصن جاف (زبيب)
- لوز أو جوز مرحي
- للتزيين :
- 1 بيضة
- 200غ لوز منسل





Pain aux Grains de fenouil et à l'anis

INGREDIENTS

- 200 g de farine (SIM)
- 2 c à soupe de sucre cristallisé
- 1 c à soupe de levure de boulanger
- 1/2 c à café d'améliorant
- 1 c à soupe d'anis
- 1 c à soupe de grains de fenouil
- 4 c à soupe d'huile
- 1/2 litre d'eau tiède
- 1 sachet de safran

Pour la décoration :

- 1 œuf
- 20 g de grains de fenouil

PREPARATION

- 1- Dans une terrine mettre la farine, le sucre, le safran, l'améliorant, les grains de fenouil, l'anis, le sel et l'huile.
- 2- Diluer la levure dans un peu d'eau tiède.
- 3- Ajouter la levure à la farine et bien pétrir en ajoutant de l'eau, jusqu'à obtenir une pâte souple. Laisser lever pendant 25 mn.
- 4- Détacher un morceau de pâte de la grosseur d'un œuf et le laisser à part.
- 5- Avec le reste de la pâte, former une grosse boule et la disposer dans un moule rond beurré.
- 6- Faire un boudin avec la petite boule et former un nœud, puis le placer sur le dessus de la pâte.
- 7- A l'aide d'un pinceau, badigeonner le dessus avec l'œuf.
- 8- Décorer toute la surface avec les grains de fenouil, sauf le nœud. Laisser lever pendant 20mn.
- 9- Faire cuire au four à 200° jusqu'à obtention d'une couleur dorée.

خبز بحبة حلاوة و حبة البسباس

كيفية التحضير

- 1- في إناء ضعي الفرينة و السكر و الزعفران ، المحسن ، حبة البسباس، حبة الحلاوة، الملح و الزيت.
- 2- ذوبي الخميرة في قليل من الماء الدافئ.
- 3- اضيفي الخميرة المذابة إلى الفرينة و اعجني با استعمال الماء حتى تتحصلي على عجينة طرية و اتركها تخمر لمدة 25 دقيقة.
- 4- انزععي من العجينة قطعة صغيرة بحجم البيضة و اتركها على حدى.
- 5- اعطي للعجينة الكبيرة شكل كرة و ضعيها في صينية مستديرة الشكل مدهونة بالزبدة.
- 6- شكلي من كرية العجينة الصغيرة حبوب و اعقدي وسطها ثم ضعيها على العجينة.
- 7- بواسطة ريشة نقية، اطلي الخبز المتحصل عليه بالبيض .
- 8- خذي حبة البسباس و زيتي بها مساحة الخبز ما عدا العقدة و اتركها تخمر مدة 20 دقيقة.
- 9- ادخليها تطلهى في فرن ساخن درجة حرارته 200° حتى تكسب اللون الذهبي.

المقادير

- 200 غ فرينة (سيم)
- 2 ملاعق كبار سكر مسحوق
- 1 ملعقة كبيرة خميرة خبز
- 1/2 ملعقة صغيرة محسن
- خبز
- 1 ملعقة كبيرة حبة حلاوة
- 1 ملعقة كبيرة حبة البسباس
- 4 ملاعق كبيرة زيت
- 1/2 لتر ماء دافئ
- 1 كيس زعفران
- للتزيين :
- 1 حبة بيض
- 20 غ حبة البسباس

Asmahan

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>





Pain Tressé

INGREDIENTS

- 200 g de farine (SIM)
- 1/2 c à soupe de levure de boulanger
- 1/4 c à café d'améliorant
- 1/2 c à café de sel
- 2 œufs
- 1/2 litre d'eau tiède
- 1 c à café de sucre cristallisé
- 4 c à soupe d'huile

Pour la décoration :

- 1 œuf
- 100 g de grains de sésame

PREPARATION

- 1- Dans une terrine, mettre la farine, le sel, l'améliorant et l'huile.
- 2- Diluer la levure dans un peu d'eau tiède sucrée.
- 3- Ajouter la levure à la farine, puis les œufs et bien pétrir en ajoutant de l'eau tiède jusqu'à obtention d'une pâte souple et homogène, laisser lever pendant 30 mn.
- 4- Partager la pâte en 3 morceaux d'égale grosseur. Former des boudins de 30 cm de long et de 3 cm de grosseur.
- 5- Placer ces boudins côte à côte et former une tresse.
- 6- Mettre la tresse sur une tôle beurrée puis, à l'aide d'un pinceau, badigeonner le dessus avec l'œuf et parsemer de grains de sésame, laisser lever pendant 20 mn.
- 7- Faire cuire au four à 180° jusqu'à obtention d'une couleur dorée.

خبز الظفيرة

كيفية التحضير

- 1- في إناء ضعي الفريضة، الملح، المصن و الزيت.
- 2- نومي الخميرة في قليل من الماء الدافئ مع السكر.
- 3- اضيفي الخميرة المذابة إلى الفريضة، ثم اضيفي البيض واعجن جيداً بالماء الدافئ حتى تتحصل على عجينة متماسكة وطرية و اتركها تخمر لمدة 30 دقيقة.
- 4- قسمي العجينة المتحصل عليها إلى 3 قطع متساوية و شكلي من كل قطعة حريوش لتتوصل على 3 حرايش طولها 30 سم و سمكها 3 سم.
- 5- ضعي الحرايش جنباً إلى جنب و شكلي بها ظفيرة.
- 6- ضعي الظفيرة في صينية مدهونة بالزبدة ثم بواسطة ريشة اطلبيها بالبيض ثم فردري عليها الجلجلان و اتركها تخمر لمدة 20 دقيقة.
- 7- ادخليها للفرن داخل فرن ساخن درجة حرارته 180° حتى يصبح لونها ذهبياً.

المقادير

- 200 غ فريضة (سيم)
- 1/2 ملعقة كبيرة خميرة خبز
- 1/4 ملعقة صغيرة محسن خبز
- 1/2 ملعقة صغيرة ملح
- 2 بيض
- 1/2 لتر ماء دافئ
- 1 ملعقة كبيرة سكر مسحوق
- 4 ملاعق كبيرة زيت

للتزيين :

- 1 بيضة
- 100 غ جلجلان



مدونة كتب المخبز

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Pain aux Fruits secs

500 g de farine (SIM)
1/2 tasse de fruits secs
1/2 tasse d'abricots secs
100 g de fruits confits
50 g de cerises confites
2 c. à soupe d'eau de rose
2 c. à café de zeste de citron
2 c. à soupe de levure de boulanger
60 g de beurre fondu
1/4 c. à café d'améliorant
1/2 litre de lait tiède
1/2 c. à café de sel
1 œuf
1/4 tasse d'amandes effilées

20 g de beurre fondu
Sucre glace

Dans une terrine mettre la farine, le sel, l'améliorant, le zeste de citron et le beurre fondu.

Diluer la levure dans un peu de lait tiède.

Ajouter la levure à la farine et pétrir avec de l'eau de rose et de lait tiède jusqu'à obtenir une pâte lisse. Laisser lever pendant 20 min.

4- Sur un plan de travail enfariné et à l'aide d'un rouleau à pâtisserie, aplatir la pâte et former un carré de 25 cm de côté. Éparpiller les fruits et les amandes effilées sur le dessus.

Replier la pâte sur ses fruits et former une boule.

À l'aide d'un rouleau à pâtisserie, appuyer au milieu de la pâte dans le sens de la longueur de façon à obtenir un ovale.

Sur une toile beurrée, mettre la pâte et à l'aide d'un pinceau badigeonner le dessus avec du beurre fondu. Laisser lever pendant 20 min.

Faire cuire au four à 160° jusqu'à obtenir une couleur marron clair.

9- Dès sortie du four, saupoudrer d'une couche épaisse de sucre glace.

خبز بالفواكه الجافة

هي إباء صمي القرفة، الملح، خميس العبز، قشور الليمون و الورد الدائبة

ذوي الخميرة في قليل من الحليب الدافئ.

اصبغ الخميرة المداية الى القرفة و اعجنى بماء الزهر و الحليب الدافئ حتى تتحصل على عجينة طرية، اتركها تخمر لمدة 20 دقيقة.

1- على طاولة عمل مرشوشة بالقرفة و بواسطة العلال اضغطي المعينة و صمي عليها كل الفواكه الجافة و المصبرة و اللوز المسبل.

اطوي المعينة على اثنين و شكلي كرة كبيرة

بواسطة العلال اضغطي على المعينة لاعطائها شكل بيضوي.

على صينية مدهونة بالزبد صمي المعينة و بواسطة ريشة قومي بدهنها بالورد الدائبة و اتركها تخمر لمدة 20 دقيقة.

ادخلي الصينية في فرن متوسط الحرارة 160° حتى تكسب اللون البني الماتح.

4- هور جوجوها من الفرن ددري عليها السكر الناعم.

500g قرفة، سيم

1/2 كيه ريب حاف

1/2 كيه خميس حاف

100g فواكه مصبرة

50g قشور ليمون

2 ملاعق كبيرة ماء الزهر

2 ملاعق صغيرة قشور ليمون

2 ملاعق كبيرة خميرة حاف

60g زبد دافئ

1/4 ملعقة صغيرة ملح

1/2 لتر حليب دافئ

1/2 ملعقة صغيرة ملح

1 بيض

1/4 كيه لوز مسبل

20g سكر ناعم

سفرة

مجموعة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



Pain Couronne

400 g de farine (SM) +
1 c. à soupe de levure de
bouillanger
1/2 c. à café de sel
1 + c. à café d'arôme orange
50 g de beurre fondu
2 œufs
5 c. à soupe de sucre
cristallisé
1/2 litre de lait tiède
1 c. à soupe de vanille.

100 g de raisins secs
100 g de cerises confites
coupées en 2
100 g de beurre ramolli

Jaune d'œuf
25 g de fondant ou -
200 g de sucre glace
5 c. à soupe de vinaigre
1 c. à soupe d'huile de rose

Dans une terrine, mettre la farine, la vanille, l'arôme orange, le sucre
cristallisé et le beurre fondu.

Dissoudre la levure dans un peu de lait tiède et de sucre.

Ajouter la levure à la farine, puis les œufs battus. Pétrir en ajoutant du lait
tiède jusqu'à obtention d'une pâte lisse. Laisser lever pendant 25 min.

4- Sur un plan de travail fariné, et à l'aide d'un rouleau à pâtisserie
étaler la pâte de façon à obtenir un rectangle de 45cm de long, 25cm
de large et 2cm d'épaisseur.

5- Bien étaler la pâte avec le beurre ramolli, puis disposer dessus les
raisins secs et les cerises confites.

6- Rouler la pâte sur elle-même et former un bracelet.

7- Mettre le bracelet sur une toile beurrée, et à l'aide d'un pinceau,
badigeonner le dessus avec le jaune d'œuf.

8- À l'aide d'un couteau aiguisé, inciser le bord extérieur tous les 2cm
sur une longueur de 1 cm. Laisser lever pendant 20min puis mettre à
cuire au four moyen à 180° jusqu'à obtention d'une couleur dorée.

Dès sortie du four, décorer la couronne avec du fondant ou avec du
glacage composé de sucre glace, eau et eau de fleur d'orange. Le tout
cuit à feu doux jusqu'à ébullition pour obtenir un aspect luisant.

خبز التاج

هي إبناء ضمني المربعة بالمح، المانيليا، المصن، السكر المسحق
و الزبدة الدائنة

دوبي الضميرة هي قليل من الحبيب الداهن و السكر

أصيمي الضميرة المداية إلى المربعة ثم أصيمي البهني المصنق

و أصيمي بالعليب الداهن حتى تتحصل على صبيحة طرية و التركيبة
تخمّر مدة 25 دقيقة

على طاولة عمل موشوشة بالمرينة بأصطي المصيبة بالحلل على شكل
مستطيل 25 سم × 45 سم، سمكة 2 سم

أطلي المعجينة بالزبدة الطرية جيداً ثم بردي عليها الربيب الجاف
و الكور

أدري (لمي) المعجينة على شكل حريوش بعد ذلك أعطي له شكل سوار.
صمي سوار الحبر المتحصل عليه على صبيحة مدهونة بالزبدة ثم بواسطة
ريشة أطليه بصغار البيض

بواسطة سكين حاد قومي بوضع شحاحات على جوانب المعجينة متباعدة
فيما بينها بـ 4 سم حيث طول كل فتحة 1 سم. اتركه يخبز لمدة 20 دقيقة
ثم ادخله في فرن بدرجة حرارته 180° حتى يكسب اللون الذهبي
هو خروج من الفرن ويبيد بالمومدون أو الطلاء الذي تتحصل عليه
بمزج السكر الناعم و ماء الزهر و امعا حتى يغطي الكل على نار هادئة حتى
يصبح كالومدون

1000 غ زبدة (صبيحة)
1000 غ كبر حبيرو صبر
200 غ صبيحة صبيحة صبح
400 غ صبيحة صبيحة صبح
500 غ زبدة زبدة
200 غ زبدة
900 غ كبر حبيرو صبح
200 غ زبدة
1000 غ صبيحة صبيحة صبح

100 غ زبدة صبح
1000 غ كبر حبيرو صبح
1000 غ زبدة صبح

100 غ زبدة
200 غ زبدة
200 غ زبدة
1000 غ زبدة

مدونة كتب الطبخ
<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



Pain aux olives

Preparation

450 g de farine (SIM)

2 œufs

2 yaourts nature

1 C. à café de sel fin

2 sachets de levure

chimique

50 g d'olives dénoyautées

1 oignon émincé

1 C. à café de grains

d'anis vert

1/2 C. à café de grains

d'anis noirs

1 jaune d'œuf pour garnir

Chauffer un peu d'huile dans une poêle et faire revenir l'oignon jusqu'à ce qu'il soit translucide

Couper les olives dénoyautées en petits morceaux puis les faire bouillir au moins 3 trois fois, pour les dessaler

Mettre la farine, les œufs, les yaourts, le sel et les arômes (grains d'anis noirs et verts) dans un grand bol et pétrir avec soin afin d'obtenir une pâte homogène et souple

Ajouter les olives et les oignons, puis huiler un plat rond de 35 cm de diamètre et étaler la pâte en la badigeonnant avec le jaune d'œuf

Tracer des rayures à l'aide d'un couteau

Chauffer le four à 180° pendant 10 min. enfourner le pain et laisser cuire pendant 20 min env. env. jusqu'à obtention d'une couleur marron

خبز بالزيتون

Preparation

ضممي البصل و حمصيه في مقلاة مع الزيت حتى ينضج

2- قطعي الزيتون إلى قطع صغيرة، ثم عليه في الماء الساخن عدة مرات (3 على الأقل) لنخرج منه الملح

في وعاء ضمي الزيتون، البصل، البياغوز الطيب، الملح والكهات (الصابون و حبة حلاوة) أحلطي الكل جيدا حتى تحصل على عجينة متجانسة و طرية.

4- أضيفي الزيتون و البصل ثم ادھني بالزيت مول دائري قطره 35 مم. إمسكي العجينة في المول و ادھني سطح العجينة بصدر البصة

شكلي مميزات على مساحة الخبزة بواسطة سكين.

ضعي المول بدرجة حرارة 180° لمدة 10 دقائق ثم أحللي

العجينة في المول لمدة 20 دقيقة، إلى أن تكسب اللون البني.

450غ طرينة (سم)

2 بيض

2 ياغوز طيب

1 ملعقة صغيرة ملح رفيق

2 كيس خميرة كيميائية

50غ زيتون بدون نواة

1 بصلة مهشمة

1 ملعقة صغيرة حبة حلاوة

1/2 ملعقة صغيرة صابون

1 صغار بوسة للتزيين

مجموعة كتب الطبخ

<http://benghidaexcel.com>





Pain Arabe

المقادير

300 gr de semoule fine

(SIM)

200 gr de farine (SIM)

1 C. à soupe de levure

de boulanger

1 C. à café de sel

1/4 C. à café de grains

d'uns verts

• 1/4 C. à café de grains

d'uns verts

Dans une terrine, mettre la semoule, la farine et le sel. Faire une fontaine au milieu et verser la levure diluée dans de l'eau tiède.

Pétrir le tout en ajoutant petit à petit de l'eau tiède.

Ajouter les grains d'uns verts et noirs. Malaxer énergiquement afin d'obtenir une pâte homogène et souple. Laisser reposer dans un endroit tempéré.

4- Reprendre la pâte et la pétrir à nouveau, puis la partager en 2 petites boules. L'aplatir un peu puis couvrir la surface à l'aide d'une attamel. Laisser lever une deuxième fois, puis enfourner jusqu'à obtenir une couleur brune.

الخبز العربي

هي جمعة (وعاء)، وهي الدقيق و المربية و الملح . شكلها حمرة في الوسط و اقرصي عليها الحميرة المدوية في قليل من الماء الدافئ . اعجنها جيدا بالماء الدافئ تدريجيا .

اضيفي إلى المعجينة حبة حلاوة و السابو و اصعني جيدا حتى تتحصلي على عجينة طرية و خفيفة ثم اتركها تخمر في مكان دافئ . 4- اعدهي عجن المعجينة مرة أخرى ثم قسميها إلى كرتين صغيرتين اسطليهما قليلا و اقبلي مساحة كل حبة بماء الكبريت و اتركيهما تخمر مرة ثانية . بعد ذلك ادخليهما في الفرن إلى أن تكسب اللون

الخبز .

300 غ دقيق رطب (سيم)

200 غ حبة (سيم)

1 ملعقة صغيرة حمرة الحبر

1 ملعقة صغيرة ملح

4 1 ملعقة صغيرة حبة حلاوة

4 1 ملعقة صغيرة سابو

مدونة كتب الطبخ

<http://blog.alukah.net>



Khobz Tabouna

600 g de semoule

fine (SIM)

400 g de farine (SIM)

1 C. à soupe de levure

de boulanger

1 C. à café de sel

Eau tiède

1 Dans une terrine, mettre la farine, la semoule et le sel. Faire une fontaine au milieu, puis verser la levure de boulanger diluée dans de l'eau tiède sucrée.

Ajouter de l'eau tiède petit à petit et pétrir la pâte afin d'obtenir une pâte homogène et souple.

Couvrir ensuite la pâte avec une serviette et laisser lever pendant 2 heures, dans un endroit tempéré.

Reprendre ensuite la pâte, la pétrir de nouveau et former des petites boules de pâte que vous abaisserez à une épaisseur de 2 cm et à un diamètre de 18 à 20 cm.

5 Couvrir et laisser encore reposer pendant 1 heure.

Badigeonner ensuite des deux côtés avec du lait et faire cuire sur une Tabouna.

Remarque : ce genre de pain peut aussi être cuit au four

خبز الطابونة

هي حصة (وعاء) صمغ المرسة والدقيق والطحس شكلها حمره هي الوسط ثم أسكي الخميرة المذابة في قليل من الماء الدافئ والسكر.

2- أضيفي الماء الدافئ شيئاً شيئاً وأصغني المعجينة حتى تصبح متجانسة وحميدة.

عطي المعجينة بمشعة نظيفة وتركها تخمر مدة ساعتين في مكان دافئ.

اعجني المعجينة مرة ثانية وكوني كريات واسطليها بحيث يكون سمكها 2 سم وقطرها 18 إلى 20 سم.

عطي الخبز بمشعة نظيفة وتركه يخمر مدة ساعة.

ادهني الوجهتين بقليل من الحليب واطويه في الطابونة.

ملاحظة : يمكن لهذا النوع من الخبز أن يطهى في الفرن.

(X)ع دقيق رطب (سيم)

• 400غ طرينة (سيم)

• 1 ملعقة أكل خميرة الخبز

• 1 ملعقة صغيرة ملح

ماء دافئ

مذونة كتب الطبخ



Khobz EDar à la semoule

INGRÉDIENTS

3 bols de semoule (SIM)
1 bol de farine (SIM)
1/2 bol de beurre ou
de smen fondu
3 œufs
30 g de levure de
boulanger
1 C. à café de grains
d'anis
Sel
1 jaune d'œuf

- Mettre la semoule et la farine dans une terrine. Ajouter les grains d'anis, le beurre fondu, le sel, les œufs et la levure diluée dans de l'eau tiède. Pétrir le tout jusqu'à obtention d'une pâte homogène et souple.
- Partager la pâte en 2 boules, puis les abaisser à une épaisseur de 2 cm.
- Disposer la pâte sur un plat beurré. Dorer la surface avec du jaune d'œuf et laisser lever.
- Enfourner à four chaud jusqu'à cuisson complète.

خبز الدار بالسعيد

هي جمعة (وعاء) ضعي الدقيق و الموية، أصبفي حبة حلاوة،
الريفة الداثية، الملح و البيض و الحميرة المداية هي قليل من الماء
الداهي ثم أعجنى الكل جيذا حتى تتحصلي على عجينة متجانسة
و طرية
ضعي العجينة إلى قسمين ثم أصبفيهما بسمك 2 سم،
ضعي الخبز في صينية مدهونة بالزبدة و إقلي سطحه بسمار
البيض ثم اتركه يحمر،
إدخليها في فرن ساخن حتى يطهى.

3 ماء رقيق (سيم)
1 ماء هريه (سيم)
1/2 ل. رندة أو سمن دفت
3 بيض
1 ع حميرة حمر
1 ملعقة صغيرة حبة حلاوة
ملح
1 صغار بيضة

مدونة كتب المطبخ

http://www.aboudia.com



Khobz Edar à la farine

500 g de farine (SIM)

1 C. à soupe 1/2 de levure de boulanger

1/2 C. à café de sel

1 verre à the d'ha le

1 pincée d'améliorant

Un peu de Sanoudj

2 œufs moins un jaune

d'œuf pour la dorure

1 C. à café de sucre

cristallisé

1 grand verre de mélange

(Lait + Eau tiède)

1 Dans une terrine, mélanger la farine, la levure diluée dans de l'eau tiède, le sel, le Sanoudj, l'améliorant, le sucre, l'huile et les œufs.

Pétrir le tout avec le mélange lait + eau tiède jusqu'à obtention d'une pâte molle.

Former une boule et laisser reposer pendant 10 mn.

Beurrer un plat, puis aplatir la boule à 2 cm d'épaisseur

A l'aide d'un couteau, tracer ensuite des losanges, badigeonner avec le jaune d'œuf et parsemer de Sanoudj.

Laisser lever et enfourner à tout chaud jusqu'à obtention d'une couleur marron

خبز الدار بالضريرة

في جبة (وعاء) صفي الضريرة، الصميرة المدابة في قليل من الماء الدافئ، الملح، السابونج، محمض البهز و السكر، الزيت و البيض، اعجسي الكل مع إضافة العليب و الماء الدافئ حتى تتحصل على عجينة طرية.

كوني كرية و تركيبها تحتاج مدة 10 دقائق.

ادهني موز بالزبدة و اسطلي الكرية بماء 2 سم.

بواسطة منكين، شكلي معينات على سطح الخيرة ثم ادهنها

بصغار البيض و فزدي عليها السابونج.

اتركي الخيرة تخمر ثم ضعيها داخل فرن ساخن حتى تكسب اللون

البيضي.

500 غ ضريرة (سم)

1 ملعقة اكل و نصف خميرة

نحمر

2 1 ملعقة صميرة ملح

1 كأس صمير زيت

1 فرصة محضر الحبر

قليل من اسابونج

2 بيض دقش صغار لسريع

3 ملعقة صميرة سكر مسحوق

1 كأس كبير (عليب + ماء دافئ)

مقوية كاس الطبخ





Khobz el Matlou

1 kg de semoulinc (SIM)

30 g de levure de

boulangier

Sel

4 C. à soupe d'huile

Eau tiède

1- Dans une terrine, mettre la semoule, la levure diluée dans de l'eau tiède et le sel, puis pétrir en ajoutant de l'eau jusqu'à obtention d'une pâte très molle

2- Ajouter l'huile, puis pétrir encore

3- Partager la pâte obtenue en 3 boules égales

4- Placer chacune de ces boules dans un linge propre saupoudré de semoule et l'aplatir délicatement avec la paume de la main sur une épaisseur de 2 cm environ

5- Couvrir avec un autre linge propre et laisser lever

Faites ensuite cuire dans un Tajine des deux côtés

خبز المفلوع

هي جمعة (وعاء) ضمني الدقيق و الملح، ضمني الضميرة المذابة في قليل من الماء الدافئ ثم اعجني بإضافة الماء حتى تتحصلني على عجينة طرية

أصهي الزيت ثم اعجني العجينة جيدا.

قسمي العجينة إلى 3 كريات متساوية

صمي كل كرية على قطعة قماش نظيفة مرشوشة بالدقيق

و ابسطيها قليلا بواسطة كفة اليد بسمك 2 سم.

عطي العجيرات بقماش نظيف و اتركها تحمر.

صمي العجير هي الطاحين حتى يظهي من الواجهتين.

(كل دقيق 1 سم)

30 ع حميرة الحمر

ملح

4 سمعة اكل زيت

ماء دافئ

مقولة كتب الطبخ

un ouvrage exclusif de l'espagnol



Pain de Campagne

250 g de semouline (SIM)

100 g de farine (SIM)

1 C. à soupe de levure

de boulanger

1 C. à café de sel

Eau tiède

1- Dans une terrine, mettre la semouline, la farine, la levure diluée dans de l'eau tiède et le sel.

Bien pétrir en ajoutant de l'eau afin d'obtenir une pâte légère et très molle.

Former ensuite des petites boules, saupoudrer de semoule puis les aplatir sur un chiffon propre

4- Couvrir avec un chiffon propre, laisser lever puis faire cuire sur un Tajine chaud jusqu'à obtention d'une couleur marron sur les deux faces

الخبز الريفي

في جملة (وعاء) صفي الدقيق ، الفريجة ، الحميرة المدابة هي قليل

من الماء الدافئ و الملح

اصغني الكل جيدا بإضافة الماء تدريجيا حتى تتحصل على عجينة

حميرة و طرية.

شكلي كريات صغيرة و تردوي عليها الدقيق ثم امسحها قليلا على

قطعة فماش نظيفة

عطي العبرات بقطعة فماش أخرى و اتركها تعمر ثم اقلبها فوق

طاجين ساخن إلى أن تكسب اللون البني من الوجهتين.

250 غ دقيق رطب (سيم)

100 غ فريجة (سيم)

1 ملعقة اكل حميرة لخبز

1 ملعقة صغيرة ملح

ماء دافئ

مدونة كتب الطبخ
www.madonna-recipe.blogspot.com



Khobz Estir

INGREDIENTS

- 500 g de semouline (SIM)
- 100 g de farine (SIM)
- 1/2 C. à soupe de sel fin
- 1/2 C. à café de levure
- de boulanger
- 1 verre (huile végétale + huile d'olive)
- 1/2 litre (eau + lait)

PREPARATION

1- Dans une terrine, mélanger la semouline, la farine, le sel, la levure diluée dans de l'eau tiède et le mélange huile végétale + huile d'olive

Pétrir ensuite avec le mélange eau + lait, pour obtenir une pâte ferme.

Diviser la pâte en 3 boules égales et laisser reposer pendant 10 mn.

Faire chauffer un Tajine en fonte ou en terre

Abaissier chaque boule sur une épaisseur de 1 à 1,5 cm en leur donnant la forme d'une galette ronde.

Disposer chaque galette sur un Tajine, percer des trous avec une fourchette, puis faire rougir des 2 côtés.

خبز فطير

- 1- هي جفنة (وعاء) صفي الدقيق المريسة، الملح و (الزيت النباتي + زيت الزيتون) و الخميرة المذابة في قليل من الماء الدافئ.
- 2- اعجنني الكل مع إضافة الماء و الحليب لتحصلني على عجينة متماسكة
- 3- قسمي العجينة إلى 3 كريات متساوية و اتركها ترواح مدة 10 دقائق.

سخني الطاجين من الحديد أو من المعار.

- 4- ابسطي كل كرية الأولى بسمك 1 إلى 1.5 سم بحيث تصطبها شكل دائري.

- 5- ضعي كل خبزة فوق الطاجين و اقبلي سطحها بالشوكة ثم حمريها من الوجهتين.

500 غ دقيق (سيم)

100 غ مريسة (سيم)

2 1 ملعقة اكل ملح دقيق

2 1 ملعقة صغيرة خميرة

الحليب

2 1 كأس (بند بني + زيت

الزيتون)

2 1 لتر (ماء + حليب)

مقولة كتب الطبخ

http://www.kenzi-blogs.com



Bitta (raghuf syrien)

200 g de farine (SIM)

1/2 c. à soupe de levure

de boulanger

1 c. à café de sucre en-

taillé

1/2 c. à café de sel

1/2 litre d'eau tiède

1. Dans une terrine mettre la farine et le sel.
Diluer la levure dans un peu d'eau tiède et de sucre.
Ajouter la levure à la farine et pétrir en ajoutant progressivement l'eau tiède.
Continuer à pétrir pendant 30 min jusqu'à obtenir une pâte souple.
laisser reposer pendant 25 min.
Former des petites boules d'une grosseur d'un œuf et laisser à part.
Sur un plan de travail enfariné, étaler la petite boule à l'aide d'un rouleau à pâtisserie de façon d'obtenir un rond d'une épaisseur de 4 mm.
Préchauffer le four à 180°.
Mettre le pain sur une tôle enfarinée et faire cuire le bas pendant 15 min.
Dès que le pain gonfle, allumer les feux supérieurs du four, jusqu'à obtenir un d'une couleur marron clair sur les deux côtés.

Remarque

- Dès la sortie du four, le pain se dégonfle automatiquement.
2. On peut réserver le pain dans des sachets en plastique bien fermés, déposés dans un endroit frais (réfrigérateur) pour augmenter la durée de conservation et qu'il ne durcisse pas, et il est préférable de le réchauffer avant de le consommer.

الرخيف السوري (بيتة)

هي إباء (حصة) صفي العربية و الملح
دوبي الحميرة هي قليل من الماء الدفن و السكر
أصبغى الخميرة المذابة إلى الفريئة و بللي تدريجيا بالماء الماتر مع
لمع في كل مرة
إستمرري في المعج لمدة 30 دقيقة إلى أن تتحصل على عجينة طرية
هذا بتركها تفتح لمدة 25 دقيقة
كوبي كريات حجمها حجم البيضة و اتركها على حدي
على طاولة عمل مرشوشة بالمريئة أبسطي كرية العجينة بواسطة
الحلال لتتوصل على دائرة سمكها 4 ملم
حضري الفرن بدرجة 180 درجة
ضعي العجيرة على صينية الفرن مرشوشة بالمريئة و ادخلها تطفئ من
الجهة السفلية لمدة 15 دقيقة و فور إنتهاجها أشعطي الفرن من الجهة
العلوية إلى أن تكسب اللون البني العاتج من الجانبين ثم أخرجها
ملاحظة :

فور خروج العجيرة من الفرن تدمش مباشرة
يمكن الاحتفاظ بالعجيرة مباشرة في أكياس بلاستيكية مغلقة و موصولة
في مكان بارد (الثلاجة) حتى تطول مدة صلاحيتها و حتى لا يفسد ، و من
الأفضل تسحب قبل تناوله

200 غ خميرة (سيم)

2 1 ملعقة كبيرة خميرة حمراء

1 1 ملعقة صغيرة سكر مسحوق

2 1 1/2 ملعقة صغيرة ملح

1/2 1/2 لتر ماء دافئ

مطبوخة كتب المطبخ

http://www.cookingbooks.com



Khobz Mlaoui

500 g de semoule

fine (SIM)

1 C à café de sel

1/2 verre d'huile d'olive

1 verre d'eau

1 Dans une terrine, mettre la semoule, le sel et l'eau. Pétrir pendant 15 mn, jusqu'à obtention d'une pâte homogène et souple.

Partager cette pâte en 4 boules. Les travailler l'une après l'autre de la manière suivante : étaler chaque boule avec la paume de votre main à une épaisseur de 1 mm, puis badigeonner la surface avec de l'huile d'olive.

Pier ensuite les 4 coins vers l'intérieur et former de nouveau une boule.

4- Aplatis la boule une deuxième fois, afin d'obtenir une galette de 15 cm de diamètre.

Chauffer un peu d'huile dans un Tajine, et faire rougir le pain des 2 côtés.

Remarque : Le Khobz Mlaoui se consomme chaud

خبز الملوي

1 - في جفنة (وعاء) ، ضمي الدقيق و الملح و الماء، اخلطي الكل جيدا حتى تتحصلي على عجينة متجانسة و خصبة، إعجبها مدة 15 دقيقة قسمي العجينة إلى 4 كريات و أعجني كل كرية على حدى بالطريقة التالية

أيسطي كل كرية بكمة اليد حتى يصير سمكها 1 ملم، ثم إدهني سطحها بزيت الزيتون

إطوي الأطراف الأربعة نحو الداخل لتتوصل على شكل كرية،

أيسطي الكرية مرة ثانية لتتوصل على حبة قطرها 1.5 سم،

صعي قليلا من الزيت في الطاجين و حمري الحبة من الوجهين.

ملاحظة : خبز الملوي يستهلك ساجما،

• 500 غ دقيق رطب (سيم)

1 سمعة صغيرة ملح

2 1 كأس زيت الزيتون

1 كأس ماء

ملوية كنتي المطبخ

<http://AbendBlog.blogspot>



Bradj

1 kg de semoule moyenne

(SIM) (3 bols)

1 bol de smen fondu

1/2 C. à soupe de sel

3 C. à soupe d'huile

Eau

1 kg de pâte de dattes

(Ghers)

1 Dans un récipient, mettre la pâte de dattes (Ghers) avec 3 C. à soupe d'huile et laisser à part.

Dans une terrine, mettre la semoule, le smen et le sel. Ajouter de l'eau puis mélanger le tout jusqu'à obtention d'une pâte ferme.

Partager la pâte en 2 parts égales. Etaler la pâte de dattes sur la première part, puis recouvrir avec la deuxième part.

4 Abaisser le tout au rouleau à une épaisseur de 2cm.

Découper ensuite des losanges ou des carrés, puis les faire cuire dans un Tajine en fonte ou en terre, et faire rougir les 2 côtés.

البراج

1- في وعاء ضمني عجينة التمر مع 3 ملاعق أكل من الزيت، [عجنها و اتركها على حدى،

2- في جفنة ضمني الدقيق ، السمن و الملح ، ضفي الماء ثم اخلطي انكل مع بعض، إلى أن تتحصل على عجينة متماسكة،

قسمي العجينة إلى قسمين متساويين ، ابسطي المرس فوق العجينة الأولى ثم غطيه بالعجينة الثانية.

4 ابسطي الكل بالحلال بسمك 2 سم.

5- قطعي مقروطلات أو مربعات ثم حمريهم من الواجهتين في طاجين من حديد أو من هجار.

1 كغ دقيق متوسط (سم)

(3 كجلات)

1 كيلة سمن ذائب

1/2 ملاعقة أكل ملح

3 ملاعق أكل زيت

ماء

1 كغ عجينة التمر (غرس)

مقروطلات كفتا الصلبي

<http://benghne.com>



M'takba

500 g de grosse

semoule (SIM)

• 1 verre d'huile

1/2 C. à café de sel

• Eau

Dans une terrine, mettre la semoule, le sel et l'huile. Frotter le mélange entre les mains, puis prélever une poignée de ce mélange (1 verre) et le laisser à part.

2- Pétrir le reste avec de l'eau pour former une galette ronde d'une épaisseur de 4 cm et saupoudrer les 2 faces avec la poignée de la semoule prélevée.

Couper ensuite la galette en carrés ou en losanges à l'aide d'un couteau, puis faire rougir les 2 faces sur un Tajine très chaud, pendant 15 à 20 mn.

المنقبة

هي جصة صعي الدقيق، الملح و الزيت، حكي جيدا بين يديك ثم

إبرعي مقدار حفنة (كأس) من هذا العليط و اتركه على حدى.

إعجني الباقي بالماء ثم كوئي خبزة دائرية سمكها 4 سم و ثوري

على الواجهتين العليط الذي تركته من قبل.

3- قلمي الخبزة إلى مربعات أو مقروطات بواسطة سكين ثم حمريهم

من الواجهتين هي طاجين ساخن لمدة 15 إلى 20 دقيقة.

(500 غ دقيق خشن) سم

1 كأس زيت

2 | ملعقة صغيرة ملح

ماء

مطبخ كتب الطبخ

//benghidaex.com



M'chawcha

8 C. à soupe de
farine (SIM)
8 œufs
1 sachet de levure
chimique
1/2 C. à café de sel
1 verre d'huile pour
la friture
Miel

- 1- Dans un récipient, mélanger les œufs et la farine
Ajouter la levure chimique et le sel et continuer à battre
toujours dans le même sens
- 2- Dans une marmite à fond épais, bien faire chauffer
l'huile puis verser la préparation dedans
- 3- Réduire le feu au minimum puis couvrir la marmite.
Laisser cuire pendant 15 mn, puis retourner la
M'chawcha et laisser rougir la deuxième face
Présenter la M'chawcha dans une assiette, accompa-
gnée avec du miel

المشوشة

هي وعاء أحاطي البيض و المربة ثم أصبغى الحميرة الكيمائية
و الملح و استمري في العلط مع مراعاة فحص الإنتهاء.
في طنجرة قاعها سميك ، سحبي الزيت جيدا ثم افرغي الحليط
عليها
أنقصي النار ثم عطلي الطنجرة. اتركها تطهى لمدة 15 دقيقة ثم
اقلبي المشوشة و اتركها تتحمّر من الواجهة الثانية
ضعي المشوشة في صحن و قدميها بالصل.

8 ملعقة كل فريفة , سيم)
8 بيضات
1 كيس حميرة كيميائية
1/2 ملعقة صغيرة ملح
1 كأس زيت لفتي
صل

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidze.net>



Pain Brioche

500 g de farine (SIM)

2 œufs

50 g de sucre cristallisé

1 C. à soupe 1/2 de

levure de boulanger

1/2 C. à café d'améliorant

4 C. à soupe d'huile

Eau tiède

1 jaune d'œuf

1/2 C. à café de Sel

Dans une terrine, mélanger la farine, le sucre, l'améliorant, la levure diluée dans de l'eau tiède, l'huile et les œufs. Bien mélanger le tout, puis ajouter progressivement de l'eau pour obtenir une pâte molle

Laisser lever puis pétrir une deuxième fois et partager la pâte obtenue en 2 boules auxquelles vous donnerez la forme de votre choix.

Badigeonnez ensuite la surface des pains brioches avec du jaune d'œuf. Laisser lever puis enfourner à four chaud jusqu'à obtention d'une couleur marron

خبز البريوش

1- في جملة معي المربعة ، السكر ، معجنات الخبز و الخميرة العادية

في قهبل من الماء الدافئ ، الزيت و البيض اخلطي الكل جيدا ، ثم

امسقي الماء تدريجيا حتى تتحصلي على عجينة طرية.

2- اتركي العجينة تعمر ثم اعطي عجنها للمرة الثانية ثم قسميها إلى

كرينش و اعطي لهما شكلا حسب إحتياجك.

إدهني البريوش بصغار البيض و اتركيه يخمر ثم ادخليه داخل فرن

صالح إلى أن يكتسب اللون السمي.

• 500 غ فريشة (سم)

• 2 بيض

• 50 غ سكر مسحوق

• 1 ملعقة و نصف خميرة الخبز

• 1/2 ملعقة صغيرة محصل الحير

• 4 ملعقة اكل من الزيت

ماء في

1 صغار بيضة بالتريش

2 1 ملعقة صغيرة ملح

مدونة كاتبة الطبخ

<http://beautyexclusive.blogspot.com>



La Mona

500 g de farine (SIM)
1 grand verre de poudre
de lait
2 oeufs
2 C. à soupe de levure
de boulanger
6 C. à soupe de sucre
cristallisé
1/2 C. à café de Sel
1 Zeste rape d'un citron
et d'une orange
4 C. à soupe d'huile
Eau tiède
1/2 C. à café d'améliorant

Gelée
50 g d'amandes effilées
grillées
1 jaune d'œuf

1 Dans une terrine, mélanger la farine, la poudre de lait, les
oeufs, le sucre, les 2 zestes, l'améliorant, la levure diluée dans
de l'eau tiède, l'huile et le sel. Bien mélanger le tout.

2 Pétrir avec de l'eau tiède de manière à obtenir une pâte molle,
et laisser lever pendant 20 à 25 mn.

Pétrir une deuxième fois, former un cercle ou une grande
brioche et badigeonner la surface avec du jaune d'œuf.

Laisser lever puis enfourner à four 200° pendant 20 à 30 mn.

Après cuisson, étaler la surface de la mona avec de la gelée,
puis parsemer d'amandes effilées grillées.

لامونة

هي جملة (وعاء) صمغ المريمية و عيرة الحليب، البيض، السكر،
قشور حبة ليمون و برتقالة، معسن الخبز و الحميرة المدابة في قليل
من الماء الدافئ و الزيت والملح، احطلي الكل مع بعض جهدا،
اعجبي الكل بالماء الدافئ حتى تصبح العجينة طرية و تركيبها
تحمز لمدة 20 إلى 25 دقيقة.
اعجبيها مرة ثانية ثم شكلي سوار أو بريوشة كبيرة و ادھني
سطحها بصغار البيض.
اتركها تحمر ثم ادخليها داخل الفرن درجة حرارته 200°
مدة 20 دقيقة إلى 30 دقيقة.

بعد الدھني، ادھني سطح لامونة بالجيلاتين ثم دوذري عليها اللوز
المسحل المحمص.

500 غ مريمية (سيم)
1 كأس كبير عيرة الحليب
2 بيض
2 ملعقة اكل حميرة الحمر
6 ملعقة اكل سكر مسحوق
1/2 ملعقة صغيرة ملح
قشور ليمونة و برتقالة
4 ملعقة اكل زيت
ماء دافئ
2 1 ملعقة صغيرة معسن
الحمر

لجيلاتين
50 غ بودر مسحل محمص
1 صفا بيضه

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



Pain à Cake

200 g de farine (SIM)

1 C. à soupe de levure

de boulanger

1/2 C. à café de sel

Grains de sésame

(Djeldjelènes)

1 pincée d'améliorant

Eau tiède

1- Dans une terrine, mettre la farine, la levure diluée avec de l'eau tiède, l'améliorant et le sel. Mélanger le tout, puis pétrir en ajoutant progressivement de l'eau tiède jusqu'à obtention d'une pâte molle

2 Laisser lever, puis pétrir une deuxième fois et diviser la pâte en 3 boules égales

Beurrer un moule à cake, puis disposer dedans les 3 boules côte à côte. A l'aide d'un pinceau, badigeonner un peu d'eau, puis parsemer de Djeldjelènes et laisser lever.

Enfourner à four 200° jusqu'à obtenir une couleur dorée

خبز الكيك

1- في جملة (وعاء) صفي المربدة ، الحميرة المدابة في قليل من الماء الدافئ ، محسن الخبز و الملح اخلطي الكل ثم اعجبي بإضافة الماء الدافئ حتى تتصلبي على عجينة طرية
اتركها تخمر ثم اعجبيها مرة ثانية ثم اقسميها إلى 3 كريات متساوية

انهني مزل الكيك بالريدة ثم ضعي بداخله الكريات الواحدة أمام الأخرى و بواسطة ريشة نقية ، انهني سطح العيز بالماء ثم زردري عليه الجلجلال و اتركه يهجم

ادخلي العيز داخل الفرن درجة حرارته 200° حتى يكسب اللون الذهبي.

200ع طرينة (مهم)

1 ملعقة اكل خميرة العيز

1/2 ملعقة صغيرة ملح

جلجلال

1 فرصة محسن لخير

الدهني.



Khobizettes

300 g de farine (SIM)

70 g de beurre ramolli

1/2 litre de lait tiède

1/2 c. à café de sel

1 c. à soupe de levure de

boulangier

1/4 c. à café d'améliorant

1 c. à soupe de sucre

cristallisé

1- Dans une terrine, mettre la farine, le sel et l'améliorant

Diluer la levure dans un peu de lait tiède sucré

3- Ajouter la levure à la farine et bien pétrir en ajoutant de l'eau tiède jusqu'à ce que la pâte soit homogène et souple

Étaler la pâte avec la paume de la main et badigeonner la surface avec du beurre. Former ensuite une boule et laisser lever pendant 30 mn.

Former des petites boules et à l'aide d'un emporte-pièce rond (ou un bouchon), appuyer au milieu de chaque boule puis inciser les contours avec un couteau et saupoudrer un peu de farine.

6- Mettre les petits pains sur un plat beurré et laisser lever pendant 15 mn

Faire cuire dans un four 180° jusqu'à obtention d'une couleur dorée

خبيزات

1- هي إناء (جفنة) ضعي الفريشة و الملح و محسن الخبز،

ذوبي الخميرة في قليل من الحليب الدافئ و السكر

اصعبي الخميرة المداية إلى المريشة و اصعبي جيداً بالحليب

الدافئ إلى أن تتصلبي على عجينة متعادسة و خميرة

أيسطي العجينة بكعب اليد ثم اطلبي عليها الريشة بعد ذلك شكلي كرة

و اتركها تخمر لمدة 30 دقيقة

شكلي كريات صغيرة ثم بواسطة مول أسطوانتي الشكل أو غلاق

قارورة، اسفطي على وسط كل كرية و بواسطة سكين حططي حولها ثم

مرددي فوقها قليل من المريشة.

ضعي الخبيزات على صينية مدهونة بالزبدة و اتركها ترتاح مدة 15

دقيقة.

ادخلها في فرن درجة حرارته 180° حتى يصبح لونها ذهبياً.

300 غ فريشة (مريم)

70 غ زبدة طرية

1/2 لتر حليب دافئ

1/2 ملعقة صغيرة ملح

1 ملعقة كبيرة خميرة جبر

1/4 ملعقة صغيرة محسن خمر

1 ملعقة كبيرة سكر مسحق

مجموعة كتاب الطبخ

www.ksps.com





Pain à Sandwich

INGREDIENTS

- 500 g de farine (SIM)
- 2 C. à soupe de levure de boulanger
- 1 pincée d'améliorant
- 1 C à café de sel
- Eau tiède

Garniture :

- Grains de sésame

PREPARATION

- 1- Dans une terrine, mélanger la farine, la levure diluée dans de l'eau tiède, le sel et l'améliorant.
- 2- Bien pétrir en ajoutant de l'eau afin d'obtenir une pâte légère.
- 3- Former ensuite des boudins de 15 cm de longueur.
- 4- Badigeonner la surface avec de l'eau et parsemer de grains de sésame.
- 5- Laisser les boudins lever, puis enfourner à four chaud, jusqu'à obtention d'une couleur dorée.

خبز الساندويش

كيفية التحضير

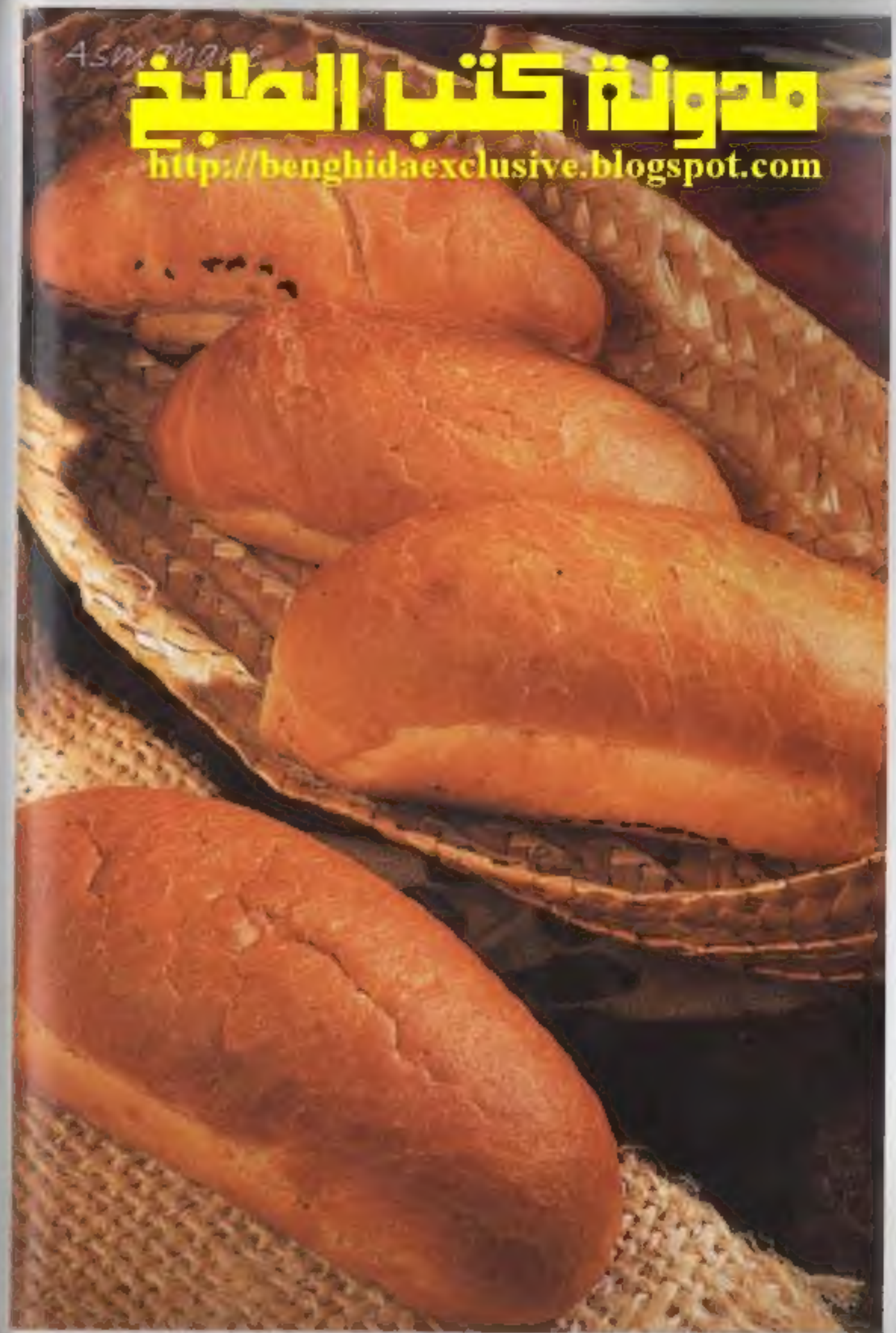
- 1- في وعاء ضعي الفريشة و الخميرة المذابة في قليل من الماء الدافئ والملح و معسن الخبز.
- 2- اعجني جيدا بإضافة الماء حتى تحصلي على عجينة خفيفة.
- 3- كوئي حرايش طولها 15 سم.
- 4- ادھني كل الحرايش بقليل من الماء و ترذري عليه الججلان.
- 5- اتركي الحرايش تخمر ثم ادخليها داخل فرن ساخن حتى تكسب اللون الذهبي.

المقادير

- 500 غ فريشة (سيم)
- 2 معلقة أكل خميرة الخبز
- قرصة معسن الخبز
- 1 معلقة صغيرة ملح
- ماء دافئ

للتزيين :

- ججلان



مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Petit Pain traditionnel au sésame

INGREDIENTS

- 500 g de semouline (SIM)
- 1 C. à soupe 1/2 de levure de boulanger
- 4 C. à soupe d'huile
- 1/2 C. à café de sel
- 1 pincée d'améliorant
- Eau tiède

Garniture :

- Grains de sésame
- 1 œuf

PREPARATION

- 1- Dans une terrine, mélanger la semouline, la levure diluée dans de l'eau tiède, le sel, l'améliorant et l'huile.
- 2- Bien pétrir en ajoutant de l'eau afin d'obtenir une pâte légère et molle.
- 3- Former ensuite des petites boules un peu plus grosses qu'un œuf.
- 4- Battre l'œuf et badigeonner avec la surface de chaque boule, en parsemant de grains de sésame.
- 5- Laisser lever puis enfourner à four chaud, jusqu'à obtention d'une couleur dorée.

خبيزات تقليدية بالجلجلان

كيفية التحضير

- 1- هي جفنة (وعاء) ضمني الدقيق ، الخميرة المذابة في قليل من الماء الدافئ ، الملح ، معصن الطيز و الزيت.
- 2- اعجنني جيدا بإضافة الماء تدريجيا حتى تتحصل على عجينة خفيفة و طرية.
- 3- شكلي كريات صغيرة حجمها حجم حبة بيض.
- 4- اخفقي البيض ثم ادخلي بها الكريات ثم نرذري عليها الجلجلان.
- 5- اتركي الكريات تخمر ثم ادخليها في فرن ساخن إلى أن تكسب اللون الذهبي.

المقادير

- 500 غ دقيق رطب (سيم)
- 1 ملعقة أكل ونصف خميرة الطيز
- 4 ملعقة أكل زيت
- 1/2 ملعقة صغيرة ملح
- قرصة معصن الطيز
- 1 بيض
- ماء دافئ
- جلجلان

مدونة كتب المخبز
<http://benghidaexclusive.blogspot.com>





Pain à Hamburger

INGREDIENTS

- 500 g de farine (SIM)
- 10 g de sel
- 50 g de sucre cristallisé
- 1 verre à thé d'huile
- 20 g de levure de boulanger
- 1/2 C. à café d'améliorant
- 1/4 de litre d'eau tiède
- 2 C. à café de lait en poudre
- 2 jaunes d'œufs

Garniture :

- Grains de sésame

PREPARATION

- 1- Dans un récipient, mélanger la farine, le sel, le sucre, l'améliorant et la poudre de lait. Ajouter l'huile et la levure diluée dans un peu d'eau tiède. Bien pétrir le tout jusqu'à obtenir une pâte homogène et souple.
- 2- Recouvrir avec une serviette et laisser lever. Pétrir ensuite une deuxième fois.
- 3- Sur une tôle beurrée, disposer des moules "Spécial Hamburger", puis mettre une boule de la grosseur d'un gros œuf au milieu de chacun de ces moules.
- 4- A l'aide d'un pinceau, badigeonner chaque boule avec du jaune d'œuf, parsemer de grains de sésame, puis laisser lever.
- 5- Chauffer le four à 180 ° pendant 10 mn, puis enfourner le pain et laisser cuire pendant 20 à 25 mn, jusqu'à obtention d'une couleur marron clair.

خبيزات الهمبرغر

كيفية التحضير

- 1- في جفنة ضمي الفريئة و الملح ، السكر ، محمص الخبز و غبرة الحليب، أضيفي الزيت و الضميرة العذابة في قليل من الماء الدافئ . إعجني الكل جيدا حتى تتحصلي على عجينة متجانسة و خفيفة.
- 2- قطعي العجينة بملشفة نظيفة و اتركيها تخمر ثم أعجنيها مرة ثانية.
- 3- على صينية مدهونة بالزبدة ضمي قوالب خاصة بخبز الهمبرغر و في وسط كل قالب ضمي كرة من العجينة حجمها حجم حبة بيض.
- 4- إدخلي كل كرة بصغار البيض و ذرري عليها الجلجلان ثم اتركيها تخمر.
- 5- سخني فرن درجة حرارته 180° لمدة 10 دقائق ثم ادخلي الخبيزات لتطهى مدة 20 إلى 25 دقيقة، إلى أن تكسب اللون البني الفاتح.

المقادير

- 500 غ فريئة (سيم)
- 10 غ ملح
- 50 غ سكر مصحوق
- 1 كأس صغير زيت
- 20 غ خميرة الخبز
- 1/2 ملعقة صغيرة محمص الخبز
- 1/4 لتر من الماء الدافئ
- 2 ملعقة صغيرة غبرة الحليب
- 2 صفار البيض
- للتزيين : جلجلان

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>





Pain soufflé

INGREDIENTS

Pour la pâte :

- 250 g de farine (SIM)
- 1 verre d'eau tiède
- 1/2 C. à café de sel
- 1 C. à soupe de levure de boulanger
- 1/4 C. à café d'améliorant
- 1 C. à soupe d'huile d'olive

Pour la farce :

- 1 blanc de poulet
- 50 g d'olives vertes dénoyautées
- 300 g de champignons
- 1/2 C. à café de sel
- 150 g de fromage râpé
- 100 g de fromage fondu

Pour la sauce tomate :

- 2 belles tomates bien rouges
- 3 gousses d'ail
- 1/4 C. à café de sel
- 1/4 C. à café de poivre rouge
- 1/4 C. à café de poivre noir
- 2 branches de thym
- 1 C. à café de tomate concentrée
- 2 verres d'eau

PREPARATION

1. Faire cuire le blanc de poulet dans une marmite avec 1/2 litre d'eau salée et poivrée.
2. Après cuisson, l'égoutter et l'émietter.
3. Préparation de la sauce tomate : dans une casserole, mettre l'eau, les tomates bien lavées et coupées, l'ail, le thym, la tomate concentrée, le sel, le poivre rouge et noir et laisser cuire pendant 30 mn.
4. Hors du feu, retirer le thym de la sauce. Mixer le tout à l'aide d'un mixer et laisser à part.
5. Préparation de la pâte :
 - a. Délayer la levure dans un peu d'eau tiède.
 - b. Dans une terrine, mettre la farine, l'améliorant, la levure délayée, l'huile d'olive et le sel. Pétrir avec de l'eau tiède jusqu'à obtention d'une pâte molle.
 - c. Former une boule et laisser lever à température tiède : lorsque la pâte double de volume (1 heure environ) retravailler à la main et laisser lever pendant 15 à 20 mn.
6. Sur un plan de travail enfariné, étaler la pâte à l'aide d'un rouleau à pâtisserie, pour former un rond d'une épaisseur de 3 mm.
7. Garnir la moitié du rond avec de la farce : en commençant avec une cuillerée à soupe de sauce tomate, le poulet émiété, puis les champignons, les olives désalées dans de l'eau chaude et le fromage fondu. A la fin, saupoudrer de fromage râpé.
8. Retourner la moitié du rond, sur la farce, en donnant la forme d'un demi-cercle.
9. Mettre le demi-cercle sur un plat enfariné allant au four chaud.
10. Une fois cuit, retirer le pain soufflé, et à l'aide d'un pinceau, badigeonner la surface du soufflé avec de l'huile d'olive. Servir chaud.

خبز محشي

كيفية التحضير

- 1- في طنجرة ، قومي بطهي الدجاج مع 1/2 ل من الماء ، ضعي الملح و الفلفل الأسود .
- 2- بعد الطهي ، قطري الدجاج و قشيه .
- 3- لتحضير صلصة الطماطم : في قدر ضعي الماء ، الطماطم المفصولة و المقطعة ، الثوم ، الزعتر ، الطماطم المصبرة و الملح والفلفل الأحمر و الأسود ، اتركي اكل يطهي لمدة 30 دقيقة .
- 4- يهدأ عن النار ، اترعي الزعتر من الصلصة ، اترعي الكل و اتركيه على حدى .
- 5- تحضير المعينة :
 - 1- ذوي الطميرة في قليل من الماء الدافئ .
 - 2- في جفنة ضعي القزينة ، المحسن ، الطميرة المذابة ، زيت الزيتون و الملح .
 - 3- اترعي الكل بالماء الدافئ حتى تتحصل على عجينة طرية .
 - 4- شكلي من المعينة كرية و اتركيها تخمر في مكان دافئ ، عندما يتضاعف حجمها (حوالي ساعة) اترعي عجنتها للمرة الثانية و اتركيها تخمر لمدة 1.5 إلى 20 دقيقة .
 - 5- على طاولة عمل مرشوشة بالقزينة ، اترعي المعينة بالعازل لتتصلبي على شكل دائرة سمكها 3 ملم .
- 6- اترعي العشو على نصف الدائرة ، يدا يملقة اكل من صلصة الطماطم الدجاج المقتت ثم القناع ، الزيتون (المقلل مميحا في الماء الساخن لتزغ علوخته) و العجين الطري ، في الأخير ذرري على السطح اترعي العيشور .
- 7- اترعي نصف الدائرة على العشو ، لتتصلبي على نصف قومي .
- 8- ضعي نصف القزينة في حينية مرشوشة بالقزينة في قدر ساخن .
- 9- بعد الطهي ، اترعي العيش المصنعي من القزينة ، و بواسطة ريشة نقيه اترعي سطح الطير بوزن الزيتون ، يهدأ ساخن .

المقادير

- #### للمعينة :
- 250 غ قزينة (سيم)
 - 1 كأس ماء دافئ
 - 1/2 ملعقة صغيرة من الملح
 - 1 ملعقة اكل خميرة خبز
 - 1/4 ملعقة صغيرة محسن طير
 - 1 ملعقة اكل زيت الزيتون
- #### للعشو :
- 1 صدر دجاجة
 - 50 غ زيتون اترعي بدون عظام
 - 300 غ قناع
 - 1/2 ملعقة صغيرة ملح
 - 150 غ عيش ميسور
 - 100 غ عيش طري
- #### صلصة الطماطم :
- 2 حبات طماطم حمراء
 - 3 فصوص ثوم
 - 1/4 ملعقة صغيرة ملح
 - 1/4 ملعقة صغيرة فلفل احمر
 - 1/4 ملعقة صغيرة فلفل اسود
 - 2 عرقين زعتر
 - 1 ملعقة صغيرة طماطم مصبرة
 - 2 كأس ماء

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

